

STUDI PERBANDINGAN KETEPATAN SASARAN SMASH ANTARA UMPAN SENDIRI DAN DI UMPAN OLEH TEMAN DALAM PERMAINAN SEPAK TAKRAW REGU PUTRI KABUPATEN SUMBAWA TAHUN 2017/2018

Sri Dahliah, Maulidin, Nurdin
Pendidikan Olahraga dan Kesehatan FPOK IKIP Mataram
Email : Sridahliah1@gmail.com

Abstrak: Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Studi perbandingan ketepatan sasaran smash antarah umpan sendiri dan di umpankan oleh teman dalam permainan sepak takraw regu putri kabupaten Sumbawa Tahun 2017/2018. Kemampuan mengumpan dalam melakukan smash penting, sebab tanpa dapat mengumpan dengan baik dan mengarahkan bola pada penyerang akhir angka tidak dapat diraih. Teknik smash dapat dilakukan dengan dua cara mengumpan bola yang dilakukan dengan umpan sendiri dan melakukan smash dengan bola diumpankan oleh teman. Rumusan masalah dalam penelitian ini apakah ada Studi perbandingan ketepatan sasaran smash antarah umpan sendiri dan di umpankan oleh teman dalam permainan sepak takraw regu putri kabupaten Sumbawa Tahun 2017/2018. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 20 orang dibagi jadi 2 kelompok teknik penentuan sampel menggunakan *purposive* sampling. Metode analisis data menggunakan analisa statistik dengan nakan rumus t-test. Hasil analisis pengujian hipotesis penelitian ini dimana t-hitung lebih besar dari t-tabel dimana $t\text{-hitung } 3,670 > t\text{-tabel } 2,101$ pada taraf signifikan 5% sehingga hipotesis H_0 ditolak dan hipotesi H_a diterima sehingga penelitian ini ada studi perbandingan ketepatan sasaran *smash* antarah umpan sendiri dan di umpankan oleh teman dalam permainan sepak takraw regu putri kabupaten Sumbawa Tahun 2017/2018.

Kata-Kunci : perbandingan *smash* umpan sendiri dan diumpankan.

Abstract: The purpose of this study is to find out there is comparison of smash accuracy on target between self ball feeding and teammate ball feeding in female sepak takraw in Sumbawa in 2017/2018. The ability to feed in the smash is important because without being able to feed well and direct the ball on the attacker, a score would not be reached. The smash technique can be performed in two ways; feeding the ball by a player himself and feeding the ball by a teammate who will perform the smash then. The formulation of the problem in this research is stated as whether or not there is comparison study of smash accuracy on target between self ball feeding and teammate ball feeding in female sepak takraw in Sumbawa in 2017/2018. The sample used in this study amounted to 20 players and divided into 2 groups of sampling techniques using *purposive* sampling. The data analysis used statistical analysis with t-test formula. The results of this hypothesis test analysis shows that the t-score is higher than t-table whereas $t\text{-score } 3.670 > t\text{-table } 2.101$ at 5% significance level which means that the null hypothesis is rejected while the alternative hypothesis is accepted. It can be concluded that there is comparison of target smash accuracy on self ball feeding and teammate ball feeding in female sepak takraw game in Sumbawa District in 2017/2018.

Keywords: smash accuracy on target, self ball feeding, teammate ball feeding

PENDAHULUAN

1. Latar Belakang

Permainan sepak takraw salah satu dari materi dalam pembelajaran penjas memiliki banyak keunikan yang menarik sehingga untuk mempelajarinya diperlukan suatu keseriusan dalam mendapatkan suatu

tingkat keterampilan yang baik dari melakukannya. Dalam mempelajari teknik permainan sepak takraw harus mengikuti tahapan-tahapan yang harus dilalui dengan memakai bermacam-macam metode latihan.

Sepak takraw atau yang dikenal dengan permainan sepak raga adalah salah

satu cabang olahraga tradisional yang muncul dan berkembang dikuasai negara-negara Asia Tenggara, di Indonesia permainan sepak takraw adalah salah satu cabang olahraga yang masuk ke dalam kurikulum pendidikan jasmani.

Untuk dapat melakukan permainan sepak takraw dengan baik dimana pelakunya harus dapat menguasai teknik-teknik permainan yaitu: teknik menendang (sepak sila, sepak cangkik, sepak kuda), menenduk (*heading*) dan memaha (memainkan bola dengan paha). Teknik menendang (menyepak) dalam permainan sepak takraw dapat dilakukan dengan bermacam-macam cara dan juga memiliki bermacam-macam fungsi diantaranya sebagai sepak mula (*service*), menerima *service*, mengumpun dan *smash*.

Untuk dapat menguasai tingkat keterampilan khusus dalam permainan sepak takraw seorang siswa membutuhkan berbagai macam bentuk latihan yang disusun dalam suatu rangkaian program latihan yang dilakukan secara teratur dan *continue*, serta harus ditunjang dengan berbagai kemajuan teknologi dan perkembangan ilmu pengetahuan dalam melatih dan ilmu-ilmu lain yang berhubungan dengan kelancaran dalam melaksanakan latihan.

Sepak takraw merupakan cabang olahraga permainan yang dimainkan oleh dua regu yang saling berhadapan dan dipisahkan oleh sebuah net dengan ketinggian 1,52 meter dalam luas lapangan yang sama dengan lapangan bulu tangkis. Permainan ini dimulai dengan melakukan servis yang dilakukan oleh tekong ke daerah lawan. Pemain regu lawan untuk menerima servis dapat menggunakan berbagai anggota tubuh selain tangan, dimana setiap regu diperbolehkan memainkan bola dengan sentuhan sebanyak tiga kali. Permainan sepak takraw yang dilakukan dalam bentuk beregu, dimana setiap regu terdiri dari tiga orang pemain dan cadangan satu orang dengan posisi pemain yaitu apit kiri, apit kanan dan tekong.

Dalam permainan sepak takraw sering memperlihatkan gerakan-gerakan yang sulit dilakukan, seperti gerakan servis yang dilakukan dengan lambungan bola yang tinggi atau gerakan salto saat melakukan *smash*. Sebagaimana Prawirasaputra menyatakan bahwa "pemain bahkan sekali-sekali memperagakan teknik-teknik akrobatik yang membuat penonton terkagum-kagum. Menurut Yusuf, dkk

(2001:25-28), Keterampilan dasar tersebut yaitu: (1) keterampilan non lokomotor adalah keterampilan yang dilakukan dengan menggerakkan anggota badan yang melibatkan sendi dan otot dalam keadaan badan si pelaku menetap, (2) keterampilan lokomotor adalah keterampilan untuk menggerakkan anggota badan dalam keadaan titik berat badan berpindah dari satu tempat ke tempat lain, (3) keterampilan manipulatif adalah keterampilan menggunakan anggota badan, tangan atau kaki, untuk mengontrol bola. Karena Keterampilan ini yang berkaitan terhadap penguasaan bola pada saat permainan, (4) kombinasi keterampilan dasar adalah keterampilan dasar itu, tentunya tidak berdiri sendiri dalam satu teknik dasar sepak takraw. Maka dibutuhkan gabungan keterampilan non lokomotor, lokomotor dan manipulatif.

Selanjutnya menurut Jaya (2008:64), mengemukakan tujuan menerima/menghentikan bola adalah untuk mengontrol bola yang termasuk didalamnya untuk mengatur tempo permainan, mengalihkan laju permainan dan mempermudah untuk *passing*. Melalui latihan-latihan kebugaran jasmani yang baik diharapkan dapat mengembangkan pola gerakan dalam meningkatkan penguasaan teknik permainan sepak takraw secara maksimal. Karena latihan yang baik akan dapat membangun dan mengembangkan penguasaan gerakan yang baik dalam melakukan suatu permainan.

1. Teknik Dasar Permainan Sepak takraw

Teknik dasar dalam olahraga adalah suatu hal yang harus dikuasai oleh pemain yang akan ikut melakukan aktivitas pada sebuah cabang olahraga sepak takraw. Gerakan yang baik akan membantu seorang pemain untuk dapat menguasai teknik dasar pada cabang olahraga yang sedang diikutinya. Untuk dapat mengikuti permainan sepak takraw dimana seorang siswa harus dapat menguasai teknik dasar permainan dengan berbagai macam bentuk gerakan. Suhut (2000: 13) menyatakan bentuk-bentuk teknik dasar sepak takraw meliputi: sepakan, yaitu sepak sila, sepak kuda, sepak samping; menahan, yaitu menahan dengan paha dan menahan dengan dada; *smash* yaitu dengan sundulan kepala dan sepakan kaki. Selanjutnya Darwis (1992: 20) menyatakan

bahwa teknik dasar permainan sepak takraw terdiri atas: sepakan, memainkan dengan kepala, mendada, memaha, membahu; sedangkan teknik khusus, meliputi: sepak mula (servis), menerima sepak mula, mengumpun dan *block*.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas maka dapat diambil kesimpulan bahwa teknik dasar permainan sepak takraw meliputi: *service* yang dilakukan oleh tekong, *passing* (menimang bola), *heading*, *smash* dan *block*. Kelima teknik dasar di atas merupakan teknik dasar yang harus dikuasai oleh para pemain sepak takraw, sedangkan teknik dasar khusus yang harus dikuasai oleh pemain sepak takraw. Sebagaimana Usli (1998: 23) menjelaskan bahwa teknik dasar dalam permainan sepak takraw adalah Sepakan (menyepak) yang terbagi dalam bentuk :

- Sepak sila: menyepak bola dengan mempergunakan kaki bagian dalam.
- Sepak kuda (sepak kura-kura): menyepak bola dengan kura-kura kaki atau dengan punggung kaki.
- Sepak cangkik: menyepak bola dengan menggunakan ujung kaki (jari-jari kaki).
- Menapak : menyepak bola dengan menggunakan telapak kaki.
- Sepak badek (sepak simpuh): menyepak bola dengan menggunakan kaki bagian luar/samping.
- Sepak belakang: menyepak bola dengan menggunakan tumit kaki.
- Memaha: memainkan bola dengan paha.
- Mendada: memainkan bola dengan dada.
- Membahu: memainkan bola dengan bahu.
- Menyundul: memainkan bola dengan kepala.

METODE PENELITIAN

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini ada dua yaitu sebagai berikut:

1. Metode Dokumentasi

Metode dokumentasi digunakan untuk mencatat data-data mengenai identitas subyek

penelitian (nama dan kelas) serta data-data tentang hasil test.

2. Metode Test Perbuatan.

Metode test perbuatan adalah test untuk mengetahui secara langsung mengenai kemampuan seseorang terhadap aktivitas yang dilakukan (Misbahuddin, 2013: 185). Hasil dari pada test perbuatan ini akan menjadi data yang diperlukan karena bentuk test yang dilakukan sudah sesuai dengan data yang diperlukan.

Teknik Analisis Data

Pada umumnya metode analisis data dibedakan menjadi dua cara yaitu analisis statistik dan non statistik. (Sugiyono, 2008: 250) menjelaskan bahwa mengolah data berarti menimbang, menyaring, mengatur dan mengklasifikasikannya. Menimbang dan menyaring berarti memilih dengan hati-hati data yang relevan, tepat dan berkaitan dengan masalah yang diteliti. Jadi, metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode analisis statistik dengan menggunakan rumus t-test. Adapun rumus yang dimaksud adalah sebagai berikut. (Netra, 1974: 91).

$$t = \frac{M_I - M_{II}}{\sqrt{\left[\frac{\sum x_I^2}{(n_I - 1)} + \frac{\sum x_{II}^2}{(n_{II} - 1)} \right] \left[\frac{1}{n_I} + \frac{1}{n_{II}} \right]}}$$

Keterangan :

$$x_I = X_I - M_I \quad x_1 = X_1 - M$$

$$x_2 = X_2 - M \quad \text{dst.}$$

$$x_{II} = X_{II} - M_{II} \quad x_1 = X_1 - M$$

$$x_2 = X_2 - M \quad \text{dst.}$$

M_I = Angka rata-rata dari sampel pertama

M_{II} = Angka rata-rata dari sampel kedua

n_I = Jumlah individu dalam sampel I

n_{II} = Jumlah individu dalam sampel II

$d_2 = D - M_d$, sedangkan M_d = dan $D =$

$X_1 - X_2$ (Netra, 1974 : 91)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan dari tanggal 28 Januari sampai dengan 16 Februari 2018 untuk mengetahui hasil apakah ada perbandingan ketepatan sasaran smash

antara umpan sendiri dan diumpankan oleh teman dalam permainan sepak takraw regu

putri Kabupaten Sumbawa tahun 2017/2018.dengan hasil sebagai berikut:

Tabel 4.11 : Tabel kerja untuk menguji hipotesis tentang perbedaan ketepatan sasaran smash antara umpan sendiri dan diumpankan oleh teman dalam permainan sepak takraw regu putri kabupaten Sumbawa Tahun 2017/2018

No	XI	x1	x ²	No	XII	x1	x ²
1	75.4	-25	606	1	114	14	192
2	65.6	66	4,303	2	124.8	125	15,575
3	117.6	118	13,830	3	96.9	97	9,390
4	116.4	116	13,549	4	100.5	101	10,100
5	119	119	14,161	5	89.2	89	7,957
6	81.7	82	6,675	6	94.6	95	8,949
7	99.9	100	9,980	7	77.1	77	5,944
8	124.6	125	15,525	8	109.4	109	11,968
9	101.3	101	10,262	9	76.8	77	5,898
10	98.6	99	9,722	10	118.1	118	13,948
Σ	999,78		493,733	Σ	910,56		36,43476
M	99,98			M	91,06		

Setelah diperoleh nilai t- hitung 3,670 dan nilai t- tabel sebesar 2,101 ternyata t- hitung lebih besar dari t- tabel, berarti hasil penelitian ini terdapat perbedaan yang signifikan hasil ketepatan sasaran smash antara umpan sendiri dan diumpankan oleh teman dalam permainan sepak takraw regu putri kabupaten Sumbawa Tahun 2017/2018.

Ada beberapa faktor yang menyebabkan penelitian ini signifikan diantaranya karena faktor dari objek peneliti yang mungkin bersemangat, mantapnya pemanasan sehingga siswa dapat optimal, faktor cuaca yang mendukung, peralatan penelitian yang memadai, dan teknik dasar yang bagus dari objek peneliti. Itu semua akan tercapai bila seorang atlet memiliki semangat, latihan yang rutin, kelincahan, daya tahan tubuh, kekuatan fisik, ataupun kelenturan tubuh. Dilihat dari hasil rata-rata ketepatan *smash* yang diperoleh siswa yang melakukan *smash* dengan umpan sendiri MI = 99,98 sedangkan siswa yang melakukan *smash* dengan diumpankan MII = 91.06

Dari uraian diatas dapat dikatakan menyatakan ada perbedaan yang signifikan hasil ketepatan sasaran smash antara umpan sendiri dan diumpankan oleh teman dalam permainan sepak takraw regu putri kabupaten Sumbawa Tahun 2017/2018. Dengan demikian seorang siswa mengumpan sendiri lebih bagus hasil *smash*nya dibandingkan dengan siswa yang melakukan *smash* dengan diumpankan.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis di atas, maka penulis dapat menarik simpulan sebagai berikut:

Berdasarkan hasil analisis data diperoleh nilai t – hitung sebesar 3,670, sedangkan nilai t-tabel dengan taraf signifikan 5% dengan df = 18 menunjukkan angka sebesar 2,101, hal ini berarti bahwa t hitung > t tabel yaitu 3,670 > 2,101 atau dengan kata lain nilai t-hitung yang diperoleh lebih besar dari angka batas penolakan hipotesis nihil (Ho) yang berbunyi tidak ada perbedaan yang signifikan hasil ketepatan sasaran smash antara umpan sendiri dan diumpankan oleh teman

dalam permainan sepak takraw regu putri kabupaten Sumbawa Tahun 2017/2018. Ditolak dan hipotesis (H_a) yang berbunyi ada perbedaan yang signifikan hasil ketepatan sasaran smash antara umpan sendiri dan diumpankan oleh teman dalam permainan sepak takraw regu putri kabupaten Sumbawa Tahun 2017/2018. Di terima

Dari hasil analisis data di atas, maka dapat disimpulkan bahwa “ada perbedaan yang signifikan hasil ketepatan sasaran smash antara umpan sendiri dan diumpankan oleh teman dalam permainan sepak takraw regu putri kabupaten Sumbawa Tahun 2017/2018

Sehubungan dengan hasil penelitian ini, peneliti mengajukan saran antara lain:

1. Saran kepada peneliti lainnya diharapkan agar dapat mengadakan

penelitian dengan ruang lingkup yang luas dan variabel yang berbeda.

2. Kepada guru mata pelajaran pendidikan olahraga dan kesehatan
3. diharapkan untuk memasyarakatkan olahraga dan mengolahragakan masyarakat guna mendapatkan atlet-atlet baru khususnya di cabang olahraga sepak takraw.
4. Kepada pemerintah kiranya dapat menyediakan dan memperbanyak fasilitas olahraga guna meningkatkan prestasi siswa/atlet.
5. Kepada peneliti lain yang menggunakan hasil penelitian ini agar lebih mengembangkan ruang lingkup dan variabelnya demi kesempurnaan hasil penelitian ke depan.

DAFTAR PUSTAKA

Arikunto S., 2006. *Prosedur Penelitian suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.

Darwis R., 1992. *Olahraga Pilihan Sepaktakraw*. Jakarta: Depdikbud.

Rinaldo, 2014. *Upaya Meningkatkan Keterampilan Sepak Kuda Melalui Penerapan Variasi Latihan Berpasangan dalam Sepaktakraw di Kelas VII SMP Negeri 4 Kota Bengkulu*. Bengkulu: FKIP UNIB.

Indun, 1986. *Petunjuk Penyusunan Proposal*. Mataram: IKIP Mataram.

Jaya A., 2008. *Sepak Takraw*. Yogyakarta: Pustaka Timur.

Nurhasan. 2011. *Tes Dan Pengukur Dalam Pendidikan Jasmani, Prinsip*

Sajoto M., 1995. *Pembinaan Kondisi Fisik dalam Olahraga*. Jakarta: Depdikbud.

Sugiyono, 2010. *Metode Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif*. Bandung: CV Alfabeta